

Olivia y el hada de la maternidad

Cecilia Alejandra Zamora Figueroa • Eduardo Gómez Sánchez
Erika Melaniti Velázquez Moreno



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DE CIENCIAS DE LA SALUD

División de Disciplinas para el Desarrollo, Promoción y Preservación de la Salud

Departamento de Enfermería para la Atención, Desarrollo y Preservación de la Salud Comunitaria

Especialidad de Enfermería en Salud Pública

Olivia y el hada de la maternidad



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DE CIENCIAS DE LA SALUD

División de Disciplinas para el Desarrollo, Promoción y Preservación de la Salud

Departamento de Enfermería para la Atención, Desarrollo y Preservación de la Salud Comunitaria

Especialidad de Enfermería en Salud Pública

Olivia y el hada de la maternidad

Cecilia Alejandra Zamora Figueroa

Eduardo Gómez Sánchez

Erika Melaniti Velázquez Moreno



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DE CIENCIAS DE LA SALUD

División de Disciplinas para el Desarrollo, Promoción y Preservación de la Salud

Departamento de Enfermería para la Atención, Desarrollo y Preservación de la Salud Comunitaria

Especialidad de Enfermería en Salud Pública

Olivia y el buda de la maternidad. **Autores:** Cecilia Alejandra Zamora Figueroa, Eduardo Gómez Sánchez y Erika Melaniti Velázquez Moreno—*Jalisco, México. 2025*

40 P. 21 cm.

Primera edición.

ISBN: 979-13-87837-68-6

DOI: <https://doi.org/10.61728/AE20254780>



D. R. © copyright 2025. Cecilia Alejandra Zamora Figueroa, Eduardo Gómez Sánchez y Erika Melaniti Velázquez Moreno

La presente obra fue dictaminada bajo el sistema de doble ciego y cuenta con el aval de los dictámenes de pares académicos en el campo de las ciencias sociales en México.

Coautores: Janvier Andre Martinez Godinez y Alexis Emmanuel Salinas Santoyo

Ilustradora: Erika Melaniti Velázquez Moreno

Edición y corrección: [Astra ediciones](#)



Todos los contenidos de esta publicación, se comparten bajo la licencia Creative Commons Atribución/Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional ([CC BY-NC-SA 4.0](#)), Esto implica que no está autorizado el uso comercial de la obra original ni de las eventuales obras derivadas, las cuales deberán distribuirse bajo la misma licencia que rige la obra original. No obstante, se permite a terceros compartir el contenido siempre y cuando se reconozca debidamente la autoría y la publicación original en esta editorial.

HECHO EN MÉXICO | MADE IN MEXICO

Narrar para cuidar: el uso del cuento ilustrado en educación para la salud

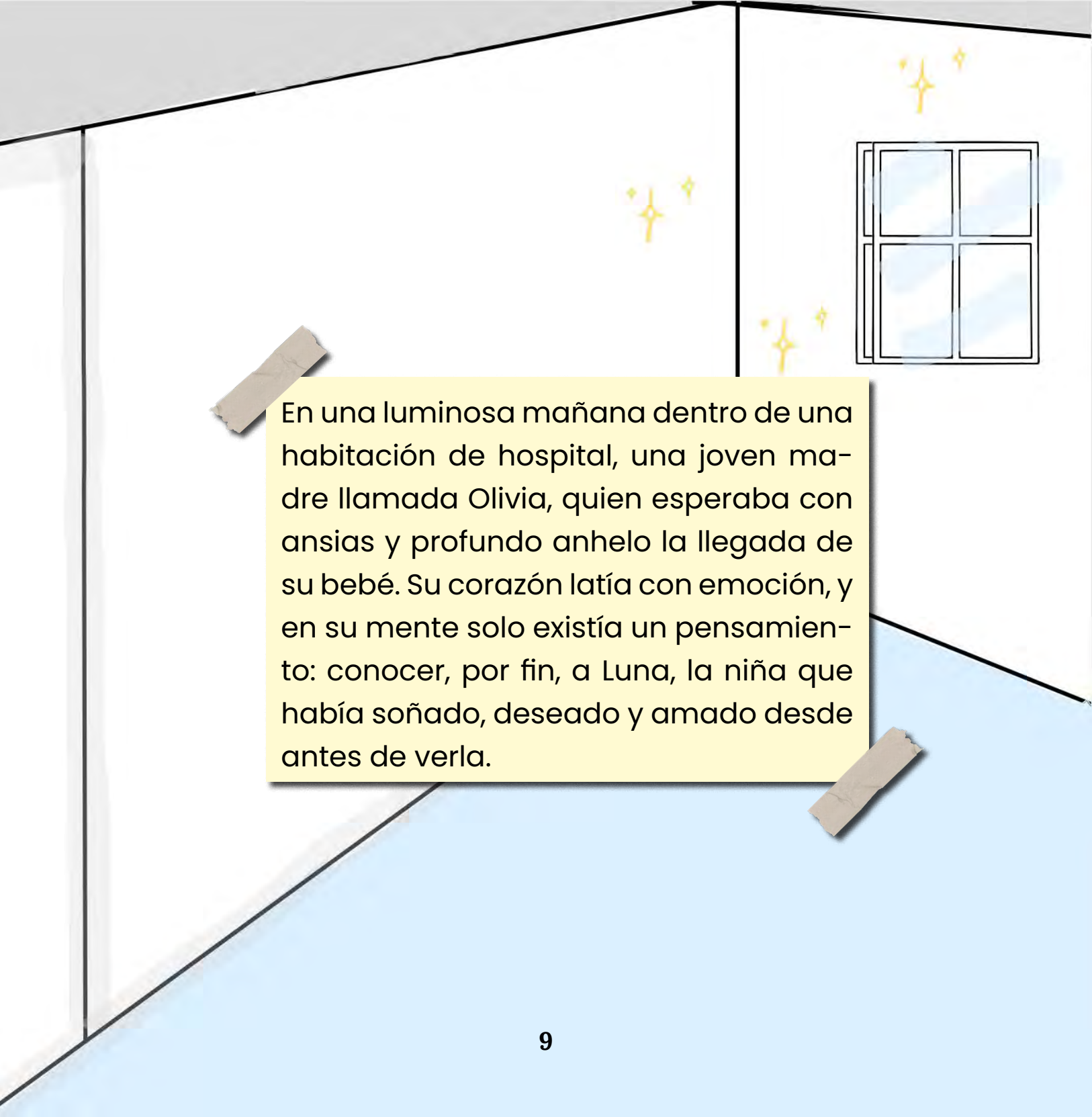
La Especialidad de Enfermería en Salud Pública de la Universidad de Guadalajara, se reconoce la importancia de educar desde el cuidado, la empatía y el respeto a las experiencias individuales.

Este cuento ilustrado fue creado como una herramienta pedagógica que acompaña a las madres en el inicio de su maternidad y en la práctica de la lactancia materna exclusiva. A través de imágenes y narrativas sensibles, se transmite información en salud de forma cercana, accesible y significativa.

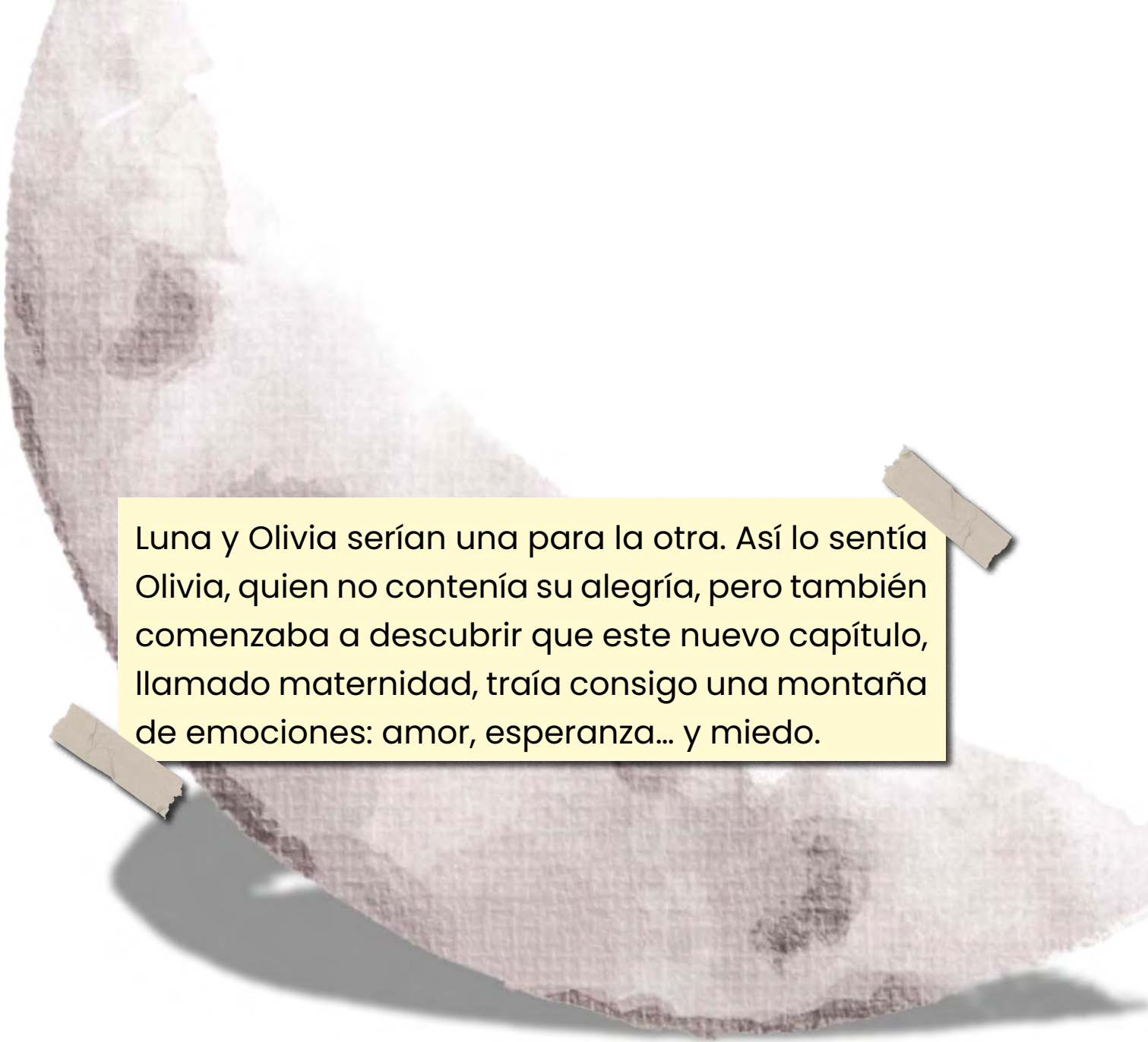
Los textos literarios ilustrados permiten generar aprendizajes más humanos, fortalecen el vínculo entre profesionales y comunidad, y dignifican los procesos maternos. En salud pública, contar historias también es una forma de cuidar.

Esta obra reafirma nuestro compromiso con la educación y el apoyo a la lactancia materna, fortaleciendo el conocimiento para cuidar la salud de madres e hijos o hijas.



The background is a stylized illustration of a room corner. The walls are white, and the floor is light blue. In the upper right, there is a window with four panes, showing a blue sky with white clouds. Above the window and in the upper left, there are several yellow star-like sparkles. Two pieces of torn, light brown paper are placed on the wall: one to the left of the text box and one to the right, below the text box.

En una luminosa mañana dentro de una habitación de hospital, una joven madre llamada Olivia, quien esperaba con ansias y profundo anhelo la llegada de su bebé. Su corazón latía con emoción, y en su mente solo existía un pensamiento: conocer, por fin, a Luna, la niña que había soñado, deseado y amado desde antes de verla.

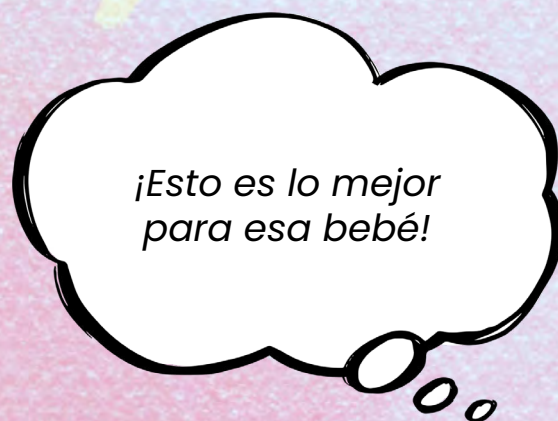


Luna y Olivia serían una para la otra. Así lo sentía Olivia, quien no contenía su alegría, pero también comenzaba a descubrir que este nuevo capítulo, llamado maternidad, traía consigo una montaña de emociones: amor, esperanza... y miedo.

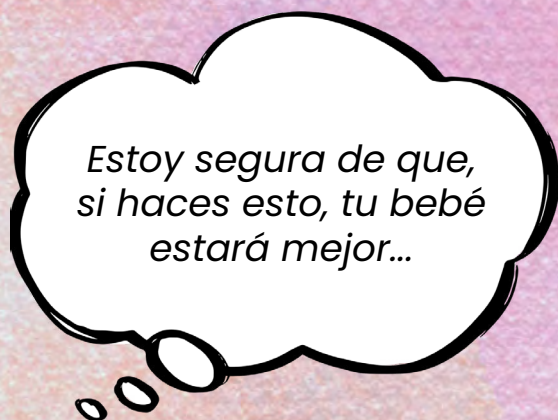
Apenas Luna llegó a este mundo, Olivia sintió cómo la vida cambiaba para siempre. Sostener a su pequeña en brazos fue tan maravilloso como abrumador. El cansancio recorría su cuerpo tras el arduo trabajo de dar a luz, y aunque su corazón bailaba de amor, también lo habitaba una gran incertidumbre.

—¿Cómo voy a cuidar de ella? —se preguntaba en silencio—. ¿Y si no lo hago bien?





En medio de tantas voces a su alrededor, consejos bien intencionados pero confusos, y pensamientos que se cruzaban como ráfagas, Olivia sentía que le faltaba seguridad. Nadie le había enseñado realmente cómo ser madre. Ningún libro, ninguna revista, ningún consejo podía preparar su alma para esa nueva vida que latía junto a la suya.



Fue entonces, cuando menos lo esperaba, que una luz suave llenó la habitación. De ella emergió una figura delicada y brillante: una mujer con cofia de enfermera, vestida de blanco, con el cabello recogido y una sonrisa serena. Olivia la miró con asombro.



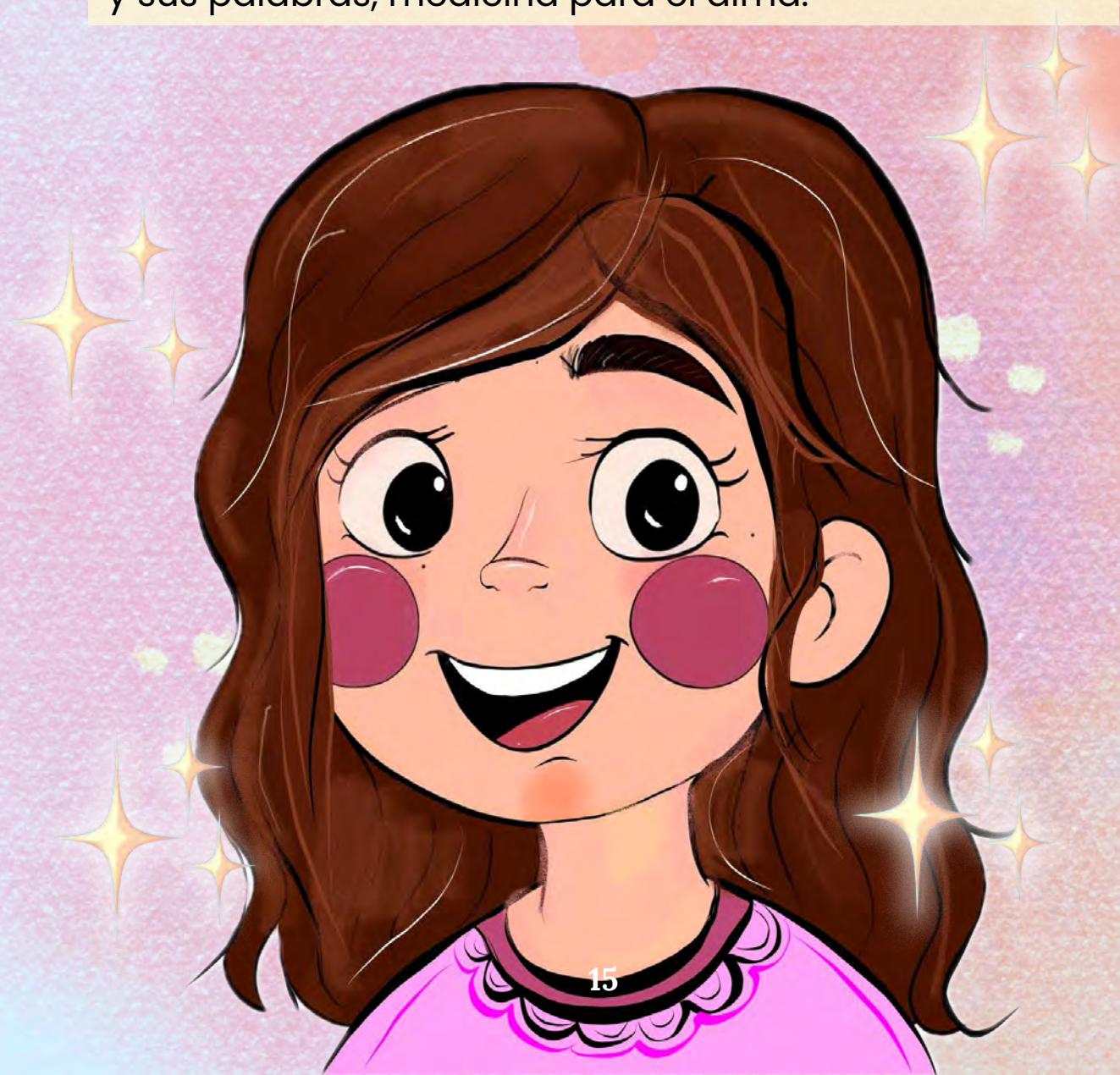
—¿Quién eres tú? —preguntó Olivia, con una mezcla de emoción e incertidumbre.



—Soy Carla, tu hada de la Maternidad —respondió dulcemente la figura— Y estoy aquí para acompañarte en este hermoso camino. Ya no estarás sola.

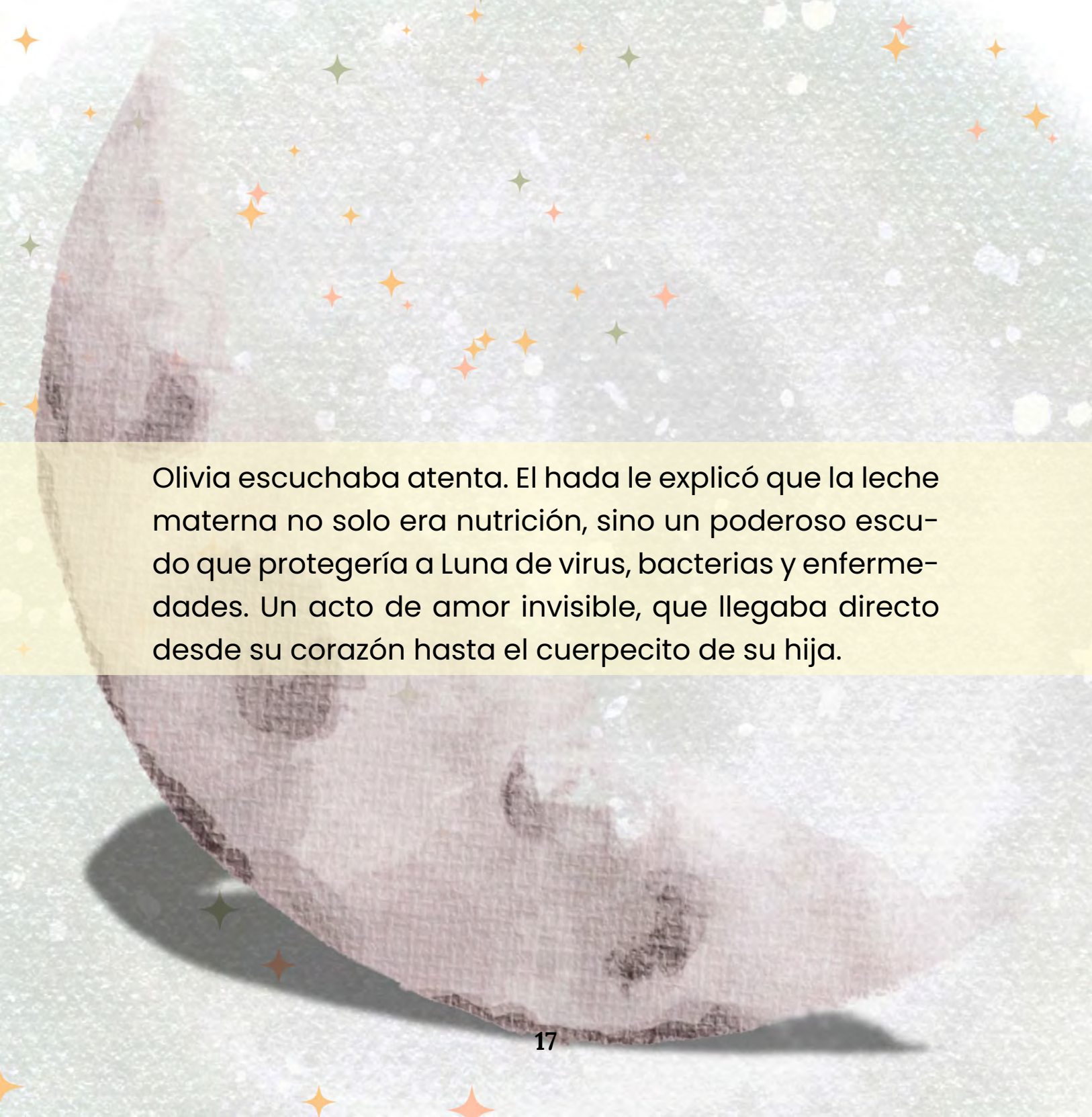


La presencia del hada llenó a Olivia de una extraña paz. Su voz era como un arrullo, su mirada como un abrazo y sus palabras, medicina para el alma.



—Vengo a apoyarte en la alimentación tu bebita Luna con el mejor regalo que puedes darle: tu leche materna —le dijo—. Porque en ella va todo tu amor, tu fuerza, tu protección. Es vida hecha alimento.





Olivia escuchaba atenta. El hada le explicó que la leche materna no solo era nutrición, sino un poderoso escudo que protegería a Luna de virus, bacterias y enfermedades. Un acto de amor invisible, que llegaba directo desde su corazón hasta el cuerpecito de su hija.

—Pero hay algo muy importante que debes saber —continuó el hada con ternura—. Para que Luna se alimente bien, será necesario que le ayudes a tener un agarre correcto a tu seno.



—Así no te dolerá y ella podrá tomar toda tu leche materna con facilidad. Sigue mis indicaciones: deberás colocarte pancita con pancita, de forma que su carita quede frente a tu seno, alineando su oreja, hombro y cadera en línea recta; esta es una postura segura para tu bebé.



—Asegúrate de que su boquita esté bien abierta, como pescadito, y cubriendo gran parte de tu areola, con su labio inferior evertido y su barbilla pegada a tu seno. Su naricita deberá estar ligeramente pegada a tu seno, y podrás escuchar cómo bebe tu leche. Así sabrás que todo va bien.



El hada le dijo a Olivia, mirándola con mucha atención:

—La postura del cuerpo de tu bebé al amamantar es tan importante como el momento mismo de alimentarlo. Para que se sienta cómoda, segura, y tú también puedas disfrutar de una toma tranquila, su cuerpo debe estar bien alineado. Eso significa que su cabecita, su cuello, su espalda y sus caderas deben formar una línea recta, como si estuviera de lado completamente frente a ti. Nada de giros ni torsiones: su cuerpecito debe mirarte de frente, con su barriguita pegada a la tuya, en contacto piel con piel, si es posible.

El hada continuó:

—Evita que su cuello esté girado o que su cuerpo quede torcido. Sosténla con firmeza, pero con suavidad, procurando que todo su cuerpecito esté contenido y bien apoyado.

—Recuerda: si su cuerpo está alineado y sostenido, todo fluye mejor. Amamantar es más que alimentar; es un momento de conexión profunda entre tú y tu bebé. Dale el soporte que necesita... y confía en ti.

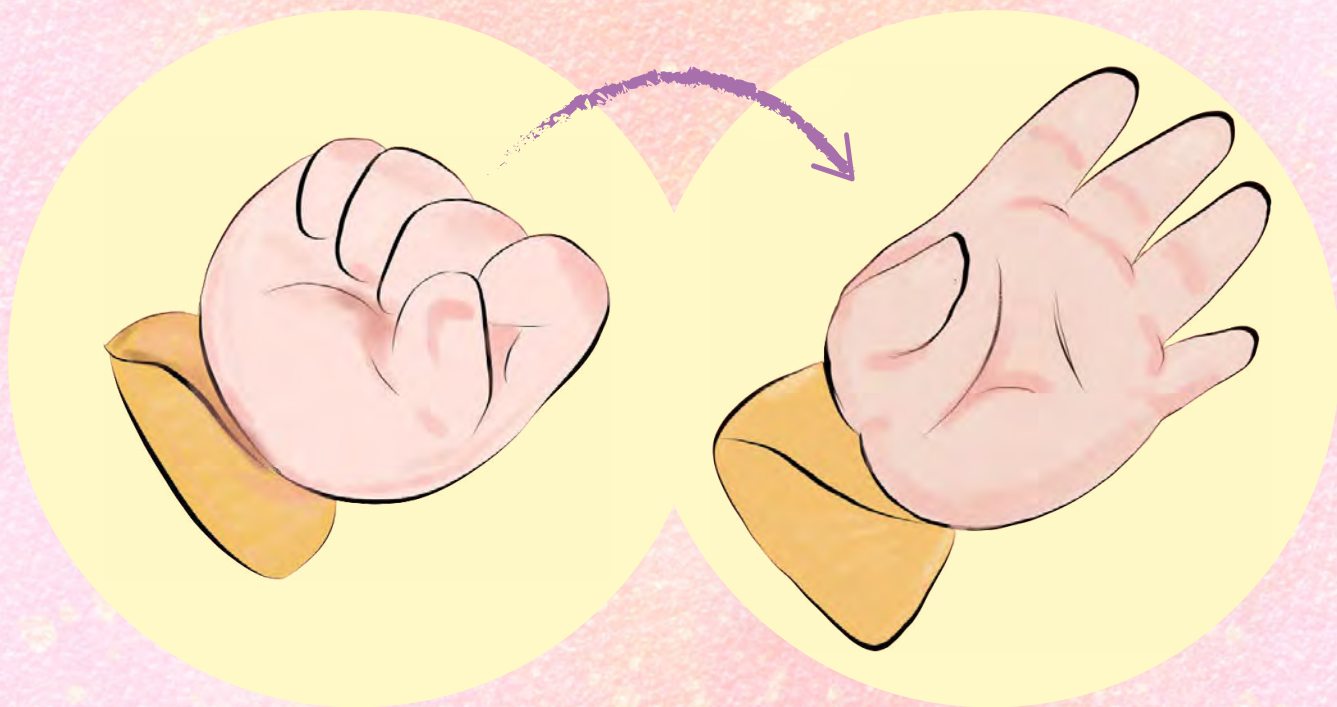
—Mira, Olivia —dijo el hada con ternura—, esta es la forma correcta en la que deberás colocar a Luna para amamantarla. Así, ambas estarán cómodas y seguras.



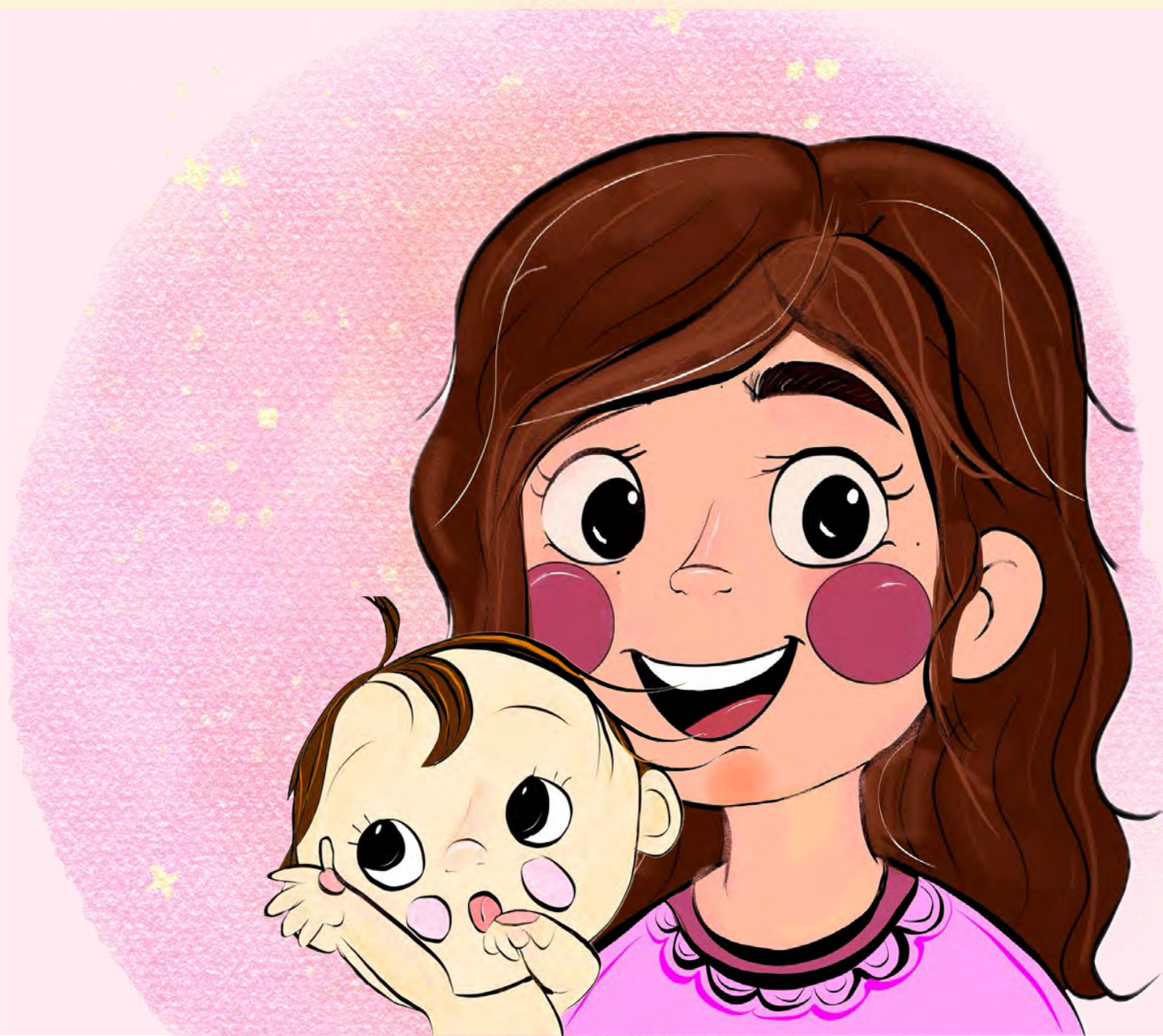
El hada le sonrió a Olivia y añadió con gusto el siguiente dato:

—Cuando tu pequeña ha tenido un buen agarre a tu seno y ha saciado su hambre, mostrará signos de saciedad, como la disminución o interrupción de la succión, la relajación de su cuerpo, incluyendo brazos y piernas, girar la cabeza alejándose de tu seno, cerrar la boquita cuando se le ofrece nuevamente o simplemente quedarse dormida.

—Mira, Olivia —dijo el hada—: observa cómo las manitas de Luna se relajan al quedar satisfecha después de beber tu leche. Ha quedado tan satisfecha que incluso se ha quedado dormida.



Entonces, cuando Olivia comenzó a sentirse más
tranquila...



El hada le compartió un secreto ancestral:



—Hace mucho tiempo, nuestras abuelas hablaban de la Chichihualayotl, un símbolo de la maternidad. Como Coatlicue, la diosa de la fertilidad y la maternidad, la cual entregó al mundo el don sagrado de amamantar. Ellas sabían que la leche materna es mucho más que alimento: es una forma de decir “te amo” con cada gota de alimento.

A cartoon illustration of a baby's face with large, expressive eyes and rosy cheeks. The baby is wearing a headband made of many yellow sunflower petals. The baby's hands are near its mouth, as if it is sucking on a thumb or a pacifier. The background is a light, textured grey with small white stars.

Olivia escuchó en silencio, con los ojos llenos de emoción. Por primera vez desde la llegada de Luna a sus brazos, se sintió segura. Sintió que podía. Que sabía cómo.

Y así, con el corazón en calma, comenzó a alimentar a su hija. Luna, como un pequeño girasol, realizó un agarre correcto al seno de su madre, y en ese instante nació entre ellas un lazo irrompible. La leche fluía como un río de amor, y Olivia comprendió que estaba haciendo lo correcto.



El Hada satisfecha, se despidió con una sonrisa cálida.

—Recuerda siempre esto: tu leche es amor. Confía en ti, en tu cuerpo y en ese vínculo mágico que te une a Luna. Estás dando vida, con cada abrazo, con cada caricia... y con cada gota de tu leche.



Olivia la vio desaparecer, pero ya no sintió temor. En su corazón habitaban ahora la certeza y la fortaleza. Estaba lista para este nuevo capítulo.

Y así, comenzó la gran aventura de Olivia y Luna, unidas por un hilo invisible de leche, amor y vida.

Acerca de los autores

Dra. Cecilia Alejandra Zamora Figueroa

Licenciada en Enfermería por la Universidad de Guadalajara. Maestra en Ciencias de la Enfermería por la Universidad Cuauhtémoc. Doctora en Ciencias de la Educación por la Universidad Cuauhtémoc. Perfil deseable PRODEP. Profesora de tiempo completo asociada “B”, adscrita al Departamento de Enfermería para la Atención, Desarrollo y Preservación de la Salud Comunitaria. Coordinadora de la Especialidad de Enfermería en Salud Pública del Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara.

Cuenta con un diplomado en Desarrollo de Líderes para la Transformación Digital en la Educación por el Tecnológico de Monterrey, así como múltiples certificaciones, entre ellas: Diseñador y Mediador de Aprendizaje con el uso de la técnica didáctica de Aprendizaje Basado en Problemas, por el Tecnológico de Monterrey. Ha sido ponente en más de 100 eventos académicos, diseñadora y operativa de un diplomado en lactancia materna con enfoque multidisciplinario. Ha colaborado y desarrollado más de 40 trabajos de investigación, incluyendo carteles científicos, capítulos de libros y libros publicados. Sus líneas de investigación incluyen: lactancia materna con un enfoque integral, innovación educativa en salud, y determinantes y condicionantes sociales en salud. ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-6244-1257>

Mtro. Eduardo Gómez Sanchez

Médico cirujano y partero, especialista en ortopedia y traumatología, maestro en Ciencias Médicas con orientación en Cirugía y maestro en Dirección y Gestión de Centros Educativos. Es Profesor Titular B de tiempo completo con perfil deseable PRODEP en el Centro Universitario de Ciencias de la Salud, de la Universidad de Guadalajara. De 2016 a 2022, se desempeñó como Director de la División de Disciplinas Básicas para la Salud,

donde impulsó proyectos académicos y de fortalecimiento institucional. Ha participado en múltiples trabajos de investigación, así como en la autoría de libros y artículos científicos en el área de las ciencias de la salud. Es miembro del Sistema Nacional de Investigadores (SNI) Nivel I. Actualmente funge como Rector del Centro Universitario de Ciencias de la Salud para el periodo 2025–2028, con una gestión orientada al fortalecimiento académico, la modernización de la infraestructura, la innovación digital y la promoción de una cultura de paz en la comunidad universitaria. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9603-7040>

Lic. Erika Melaniti Velázquez Moreno

Licenciada en Psicología por la Universidad Tecnológica de México. Pasante de Servicio Social en la Coordinación de la Especialidad de Enfermería en Salud Pública, Universidad de Guadalajara. Formación en escritura creativa por la Academia de Escritores Española. Ilustradora digital por la EBAC. Diplomado en Docencia en Enfermería y Educación para la Salud Pública por la Universidad Benemérita de Oaxaca. Certificación en Educación para la Salud desde un Enfoque Integral por Harvard University. Escritora e ilustradora de múltiples cuentos ilustrados con temática central en salud mental. ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-2312-0935>

Lic. Janvier Andre Martinez Godinez

Licenciado en Enfermería por la Universidad de Guadalajara. Aspirante a la Especialidad en Enfermería en Salud Pública en el Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara. Asistente administrativo de la Coordinación de la Especialidad en Enfermería en Salud Pública. Colaborativo y participativo en múltiples trabajos de investigación. ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-2231-0884>

Lic. Alexis Emmanuel Salinas Santoyo

Licenciado en Enfermería por la Universidad de Guadalajara. Estudiante de la Especialidad en Enfermería en Salud Pública del Centro Universitario de Ciencias de la Salud, Universidad de Guadalajara. ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-4022-9623>

Referencias

- Asociación Española de Pediatría (AEP). (2017). *Guía de lactancia materna [PDF]. Asociación Española de Pediatría*. https://www.aeped.es/sites/default/files/guia_de_lactancia_materna.pdf
- Asociación Española de Pediatría (AEPed) / Grupo de trabajo. (2017). *Guía de práctica clínica sobre lactancia materna. Ministerio de Sanidad / AEPed*. <https://www.aeped.es/documentos/guia-lactancia>
- Ciencia Latina. (2023). La neurociencia en la educación y su aplicación en los procesos de aprendizaje.
- Ciencia Latina – *Revista Multidisciplinar*, 7(2). <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/8388>
- Cortina, A. (s. f.). *Perfil académico y ético* [Ficha académica]. Universidad Complutense de Madrid; Fundación Étnor. <https://biblioteca.ucm.es> | <https://etnor.org>
- GIFA Internacional. (2024). *Composición de la leche materna* [Sitio web]. <https://www.gifa.org/es/composicion-de-la-leche-materna/>
- Instituto Nacional de Salud Pública (INSP). (2022). *Metodología de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT) 2022* [Informe]. Instituto Nacional de Salud Pública. <https://ensanut.insp.mx>
- Kalarikkal, S. M., & Pfleghaar, J. L. (2023). *Breastfeeding*. In StatPearls [Internet]. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK534767/>
- Mesías-López, M. K., Jácome-Jácome, V. C., Cabrera-Cadena, N. E., & Aguilar-Álvarez, G. D. C. (2024). Neurodidáctica como estrategia para la comprensión lectora en educación básica. *Erevna Research Reports*, 2(2), 29–44. <https://doi.org/10.70171/npa74y21>
- Morales-López, S., Colmenares-Castaño, M., & Cruz-Licea, V., et al. (2022). Recordemos lo importante que es la lactancia materna. *Revista de la Facultad de Medicina (UNAM)*, 65(2), 9–25. <https://doi.org/10.22201/fm.24484865e.2022.65.2.02>

- Naciones Unidas. (2015). *Transforming our world: The 2030 Agenda for Sustainable Development*. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible>
- Organización Panamericana de la Salud (OPS). (2022). *Guía del facilitador. Curso de capacitación sobre la Iniciativa "Hospital Amigo del Niño"* [Manual del facilitador]. OPS. <https://iris.paho.org>
- Pan American Health Organization (PAHO). (2022). *Curso facilitador. capacitación sobre lactancia consejería* [Material de formación]. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/56224/9789275326046_spa.pdf?isAllowed=y&sequence=1
- Pan American Health Organization (PAHO) / OPS. (2023). Protección, promoción y apoyo de la lactancia natural: guía de implementación hospitalaria [Guía]. https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/57557/9789275327050_spa.pdf?isAllowed=y&sequence=1
- Pan American Health Organization / World Health Organization. (2022). *Herramientas IHAN / BFHI – herramientas de evaluación y competencias hospitalarias* [Recursos en línea]. <https://www.paho.org/es/documentos/conjunto-herramientas-verificacion-competencia-garantizar-competencia-prestadores>
- Quirónsalud. (s. f.). *La lectura y sus beneficios sobre el neurodesarrollo* [Entrada de blog]. <https://www.quironsalud.com/blogs/es/neuropedia-tra>
- Red Iberoamericana / Universidad Iberoamericana. (2025). *Recursos sobre educación neurocientífica*. <https://neurocienciaib.org> | <https://ibero.mx>
- Revista de Filosofía*. (2025). Producción científica [Número temático sobre debate filosófico en ciencia]. <https://produccioncientificaluz.org/index.php/filosofia>
- Romero-Martínez, M., Barrientos-Gutiérrez, T., Cuevas-Nasu, L., et al. (2022). *Design of the Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2022 and planning and design of the Ensanut Continua 2020–2024*. *Salud Pública de México*, 64, 522–529. <https://doi.org/10.21149/14186>

- Rural Health Information Hub. (2024). *Identify community needs and assets — Needs Assessment Toolkit* [Recurso en línea]. <https://www.rural-healthinfo.org/toolkits/rural-toolkit>
- SciELO Colombia. (2008). *Salud escolar y educación para la salud* [Artículo]. <https://www.scielo.org.co>
- Scott, H., Sweet, L., Strauch, L., & Muller, A. (2020). Expressed breastmilk handling and storage guidelines available to mothers in the community: A scoping review. *Women and Birth*. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2019.09.009>
- Secretaría de Educación Pública (Subsecretaría de Educación Media Superior). (s. f.). *Progresiones de aprendizaje: Educación para la salud* [PDF]. <https://educacionmediasuperior.sep.gob.mx>
- UGEL Ferreñafe. (2022). *Programa didáctico socioemocional — Programa Ferreñafe* [Noticia]. <https://www.gob.pe/institucion/ugelferreñafe>
- Universidad El Bosque. (s. f.). Repositorio Unbosque [Repositorio institucional]. <https://repositorio.unbosque.edu.co>
- Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). (2024). *La maternidad es un constructo sociocultural* [Boletín]. <https://www.dgcs.unam.mx/boletin>
- Villarmea, .S. & Massón, E. (2015). *Cuando los sujetos se emebrazan. Filosofía y maternidad*. <https://www.uah.es/export/sites/uah/es/conoce-la-uah/.galleries/Galeria-de-descarga-de-Conoce-la-UAH/cuando-los-sujetos-se-embarazan-filosofia-maternidad.pdf>



Olivia y el hada de la maternidad.
Se terminó de imprimir en septiembre del 2025
en los talleres de Astra Ediciones
Av. Acueducto No. 829
Colonia Santa Margarita, C. P. 45140
Zapopan, Jalisco, México.
33 38 34 82 36
E-mail: edicion@astraeditorial.com.mx
www.astraeditorialshop.com

Porque ser madre no
significa dejar de soñar, y
mucho menos vivir el proceso
en soledad



Consulta y descarga



UNIVERSIDAD DE GUADALAJARA

CENTRO UNIVERSITARIO DE CIENCIAS DE LA SALUD

División de Disciplinas para el Desarrollo, Promoción y Preservación de la Salud

Departamento de Enfermería para la Atención, Desarrollo y Preservación de la Salud Comunitaria

Especialidad de Enfermería en Salud Pública